

# STUREN OP GELUK: IS DAT MOGELIJK EN WENSELIJK?

Ruut Veenhoven, Erasmus Universiteit Rotterdam

*In: Sociaal en Cultureel Planbureau, 'Sturen op geluk?', Geluksbevordering door nationale overheden, gemeenten en publieke instellingen, Den Haag, 2011. p.p. 34-47  
ISBN 978 90 377 06 086*

## INTRODUCTIE

Het idee dat de overheid zou moeten sturen op geluk is meer dan 200 jaar geleden al bepleit door Jeremy Bentham (1789). Volgens hem moeten wij streven naar groter geluk voor een groter aantal mensen, ook bij het maken van publieke keuzen. Dit heet in het filosofenjargon 'politiek utilitarisme'. Of politieke sturing op geluk praktisch mogelijk is, was in de tijd van Jeremy Bentham nog niet duidelijk. Tegenwoordig valt daar meer over te zeggen op basis van empirisch onderzoek van de laatste 40 jaar, waarvan de resultaten zijn opgeslagen in de World Database of Happiness (Veenhoven 2012a).

De discussie over de rol van geluk in beleid wordt geteisterd door begripsverwarring. Daarom begin ik met een definitie van geluk, en bespreek ik verwante begrippen. Vervolgens geef ik kort aan hoe dat geluk gemeten kan worden en wat het onderzoek met die meetmethoden heeft opgeleverd. Op basis daarvan beantwoord ik dan de volgende vragen:

- 1) Kan de overheid bijdragen aan groter geluk voor een groter aantal burgers?
- 2) Wordt dat geen dure linkse hobby? en
- 3) Is de roep om sturing op geluk een voorbijgaande hype?

## 1 DE DEFINITIE VAN 'GELUK'

Het woord 'geluk' wordt vaak gebruikt als een verzamelterm voor alles wat goed is, net als de termen 'welzijn' en 'kwaliteit van leven'. Dat woordgebruik is handig in de politieke retoriek, maar onhanteerbaar bij het maken van beleid. Daarom is het nodig het begrip nader af te bakenen.

### 1.1 Vier kwaliteiten van leven

Noties over 'kwaliteit van leven' kunnen op twee manieren onderscheiden worden. Het eerste onderscheid is tussen *voorwaarden* voor een goed leven en de *uitkomsten* van het leven. In het denken van politici staan voorwaarden centraal, want hun vak draait voornamelijk om het verbeteren daarvan. Willen we weten of politici inzetten op voorwaarden die er echt toe doen, dan moeten we kijken naar de uitkomsten, want niet alle voorwaarden waarvan men denkt dat ze het leven er beter op maken, blijken dat in de praktijk ook te doen.

Een tweede onderscheid is naar kwaliteiten van de *omgeving* waarin het individu functioneert en naar kwaliteiten in het *individu* zelf. In het denken van politici en andere maatschappijverbeteraars staat het eerste voorop, en het tweede staat centraal in het denken van mensverbeteraars zoals pedagogen en therapeuten. Samen leveren deze twee tweedelingen de volgende vier kwaliteiten van leven (Veenhoven 2000a).

*Leefbaarheid van de omgeving:* Het vak linksboven in **figuur 1** duidt op de voorwaarden voor een goed leven die in de omgeving besloten liggen, kortweg de 'leefbaarheid' van de omgeving. Daarbij zijn zeer verschillende zaken in het geding, zoals frisse lucht, zuiver water, voldoende eten, scholing, de afwezigheid van discriminatie, en veiligheid.

De politiek richt zich primair op verbetering van de leefbaarheid. Politiek geïnspireerde metingen van kwaliteit van leven bestaan dan ook voornamelijk uit aspecten van leefbaarheid waarvan de verbetering op de agenda staat. Leefbaarheid is echter wat anders dan geluk, het is wel één van de voorwaarden voor geluk.

*Levensvaardigheid van het individu:* Het vakje rechtsboven in **figuur 1** duidt op voorwaarden voor een goed leven die in het individu zelf besloten liggen, met andere woorden: wat je zelf in huis hebt om wat van de omstandigheden te maken. De econoom en Nobelprijswinnaar Sen (1992) spreekt in dit verband van ‘capability’.

Levensvaardigheid wordt in eerste instantie gezien als het ontbreken van functionele stoornissen. Een stap verder is om het functioneren in een ontwikkelingsperspectief te plaatsen en om te kijken of er ook sprake is van ‘persoonlijke groei’. In dit verband wordt ook wel gesproken van ‘levenskunst’, soms in de zin van een hogere staat van reflectie (wijsheid) en soms in de zin van vermogen om van het leven te genieten.

Hoe ook gedefinieerd, levensvaardigheid is niet hetzelfde als geluk. Levensvaardigheid draagt wel bij tot geluk, maar niet alle vaardigheden evenzeer. Wijsheid maakt bijvoorbeeld niet of nauwelijks gelukkiger (Bergsma en Ardelt, 2011) Of levensvaardigheden bijdragen aan geluk hangt onder meer af van de eisen die de omgeving stelt.

*Nut van leven:* Het vak links onder gaat over externe effecten van een leven. Bij beoordeling daarvan kan men kijken naar de functionaliteit voor zaken die buiten het individu liggen, zoals de bijdragen aan de samenleving, de kunsten of de wetenschap. Moralisten kijken in dit verband vooral naar effecten op anderen en voor eco-activisten telt het ontbreken van milieuschade zwaar. Een nuttig leven is weer niet hetzelfde als een gelukkig leven. Niet iedereen is erop gebouwd te functioneren als moeder Theresa en nietsnutten kunnen gelukkig zijn.

*Levensvoldoening:* Het vak rechtsonder duidt op de uitkomsten van leven voor degene die dat leven leeft, oftewel de voldoening met het eigen leven. Deze kwaliteit van leven wordt aangeduid met termen als: ‘voldoening’, ‘subjectief welbevinden’ en ‘geluk’. Dit is de kwaliteit van leven dat Jeremy Bentham op het oog had, namelijk subjectieve waardering van het eigen leven. Dat is ook waar dit artikel verder over gaat en daarom is die betekenis onderstreept in **figuur 1**. Ik definieer geluk als *de mate waarin een individu voldoening schept in het eigen leven als geheel* (Veenhoven 1984, 2000a)

## 1.2 Belang van dit onderscheid voor beleid

Veel van de gangbare metingen van kwaliteit leven zijn niet goed bruikbaar voor beleid. Dat zijn namelijk indexen waarin elementen uit alle vakjes van **figuur 1** bij elkaar zijn gestopt. Dit geldt bijvoorbeeld voor het beroemde ‘Bruto Nationaal Geluk’ uit Bhutan en de ‘Human Development Index’ van de UNDP. Daarbij worden dan levensvoorwaarden (bovenste rij) en levensuitkomsten (onderste rij) bij elkaar opgeteld. Als beleidsmaker moet je echter weten welke voorwaarden tot de beste uitkomsten leiden, en dan moet je en die zaken juist uit elkaar houden.

Het schema helpt ook te zien dat je leefbaarheid van de omgeving (vakje links boven) niet zinvol kunt optellen bij levensvaardigheid van individuele burgers (vakje rechts boven). Om tot betere levensuitkomsten te komen moet je weten welke vaardigheden het beste aansluiten op de eisen die de omgeving stelt. Het gaat dus niet om de ‘som’, maar om de ‘fit’, en om die in zicht te krijgen moeten ook deze kwaliteiten van leven uit elkaar worden gehouden.

## 2 METING VAN GELUK

Levensvoldoening kun je meten door mensen ernaar te vragen. Er zijn verschillende manieren om mensen te ondervragen over hun geluk<sup>1</sup>. Het kan met directe vragen en met indirecte vragen en het kan met een enkele vraag of met lijstje van meerdere vragen. In grootschalig survey onderzoek wordt overwegend gebruik gemaakt van enkele directe vragen. Een veel gebruikte enquêtevraag luidt als volgt:

Alles bij elkaar genomen, hoe tevreden of ontevreden bent U tegenwoordig met Uw leven als geheel?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
buitengewoon ontevreden											buitengewoon tevreden

### 2.1 Geluk in Nederland

De bovengenoemde vraag naar levensvoldoening maakt deel uit van een periodieke enquête onder een representatieve steekproef van de Nederlandse bevolking in het kader van het European Social Survey. **Figuur 2** geeft een beeld van de antwoorden in Nederland in het jaar 2008. Deze verdeling levert een gemiddelde van 7,7. Andere enquêtes met vergelijkbare vragen geven een zelfde beeld. De resultaten van alle onderzoek naar geluk in Nederland staan in een ‘finding report’ van de World Database of Happiness (Veenhoven 2012c).

### 2.2 Geluk in andere landen

In veel andere landen van de wereld is het beeld minder rooskleurig, zoals blijkt uit de wereld kaart van geluk op **figuur 3**. In de licht groen gekleurde landen ligt het gemiddelde beneden de 5. In Togo is het gemiddelde zelfs niet meer dan 2,8.

### 2.3 Verandering van geluk in landen

Er wordt nogal eens beweerd dat geluk in landen onveranderlijk is. Er zijn inderdaad landen waar het gemiddelde de laatste 50 jaar vrijwel gelijk is gebleven, ondermeer de USA en Japan. Dat zijn echter uitzonderingen, in de meeste landen is het gemiddelde gestegen. **Figuur 4** toont de trend in drie landen. Merk op dat de Nederlanders in de jaren 1970 vrijwel even gelukkig waren als de Denen, maar dat het geluk in Denemarken daarna sterker is gestegen. Opmerkelijk is ook dat de stijging met een half punt plaats vond in het gelukkigste land ter wereld. Er is kennelijk nog veel te winnen. Het geval van Rusland toont aan dat geluk ook op korte termijn kan veranderen. De dip valt samen met de Roebel crisis waarbij veel Russen een groot deel van hun inkomen kwijt raakten.

## 3 DETERMINANTEN VAN GELUK

Er bestaan grote verschillen in geluk, zowel binnen Nederland als tussen verschillende landen, en ook veranderingen in geluk door de tijd. Bij de verklaring daarvan dient onderscheid te worden gemaakt tussen *mentale processen* en *bevorderlijke condities*.

### *Mentale processen*

Hoe bepalen we hoe gelukkig we zijn? Daarover doen twee theorieën de ronde, die van belang zijn voor beantwoording van de vraag of de overheid iets met geluk kan en moet. Economen denken vaak dat dit een kwestie van ‘calculatie’ is, dwz een min of meer rationele schatting van het verschil tussen wat men wil en heeft. In die visie is geluk een bedenksel en

als zodanig niet erg belangrijk, want men kan ook anders tegen het leven aankijken. Geluk is dan ook evenzeer een kwestie van goede levensomstandigheden, als van bescheiden verlangens. Feitelijke verbetering van levensomstandigheden kan ook een inflatie van verlangens in gang zetten, waardoor die verbetering niet leidt tot groter geluk. De ‘Easterlin paradox’<sup>2</sup> wordt vaak zo geïnterpreteerd.

Het is echter duidelijk dat geluk ook een kwestie van gevoel is. Als je je overwegend beroerd voelt noem je jezelf niet gelukkig, ook al heb je alles wat je hartje begeert. Vanuit een biologisch perspectief ligt het ook meer voor de hand dat we ons geluk primair afmeten aan ons gevoel, want de voornaamste functie van ons gevoelsleven is signaleren of het goed of slecht met ons gaat (Bergsma 1995). Dat gevoelsmatige stuurmechanisme is evolutionair ook ouder dan het denkvermogen en het denkvermogen functioneert eerder als een aanvulling op gevoelsmatige oriëntering dan als een vervanging daarvan (Damasio 1994). In deze visie hangt geluk uiteindelijk af van de mate waarin aangeboren behoeften bevredigd worden en is geluk ook niet triviaal en niet relatief.

Zowel de cognitieve inschatting als het gevoel spelen een rol in het tot stand komen van oordelen over het eigen geluk, maar niet evenzeer. Het gevoelsmatige pad blijkt dominant (Veenhoven 2009). **Figuur 5** brengt dat in beeld. Dat betekent dat we ons bij het streven naar groter geluk niet zozeer moeten richten op *verlangens* (*wants*), maar op *behoefte* (*needs*). Dat maakt het voor politici niet makkelijk om te sturen op geluk, want zij functioneren vooral als makelaars in verlangens en het is vaak moeilijk vast te stellen in hoeverre verlangens corresponderen met behoeften. In dit verband stelt Lane (2000) dat materiële verlangens sterk gearticuleerd worden in het politieke proces, maar dat sociale behoeften daarin niet aan bod komen, terwijl die toch belangrijker blijken voor geluk.

#### *Bevorderlijke condities*

Kijken we vervolgens naar de omstandigheden die geluk in de hand werken, dan is het nuttig onderscheid te maken tussen condities die *binnen* landen geluksbevorderend werken en macromaatschappelijke kenmerken die verschillen in het gemiddelde geluksniveau *tussen* landen verklaren.

### **3.1 Condities voor geluk in Nederland:**

**Figuur 3** toont dat niet alle Nederlanders even gelukkig zijn. Om die verschillen in geluk (vakje rechts onder in **figuur 1**) te verklaren is gekeken naar samenhang met verschillen in levensvoorwaarden (bovenste vakjes in **figuur 1**).

Anders dan verwacht wordt weinig verband gevonden met verschil in leefbaarheid van de omgeving. Die is namelijk goed voor vrijwel alle Nederlanders. Verschillen in sociaal-economische positie (inkomen, opleiding, geslacht, leeftijd) verklaren nog geen 5% van de verschillen in geluk. Sociaal-emotionele inbedding (partner, vrienden) verklaart meer, maar toch maar 10% van de verschillen. Externe gebeurtenissen, zoals ongelukken, verklaren in Nederland ook nog eens 10%. Bij elkaar kan dus slechts een kwart van de verschillen in geluk worden toegeschreven aan verschil in levensomstandigheden (bron).

Het merendeel van het verschil in geluk zit in de factor levensvaardigheid. Dat is eigenlijk logisch: hoe beter de externe levensomstandigheden, hoe meer de overblijvende verschillen in geluk een kwestie van innerlijke levensvaardigheid worden. Uit tweelingonderzoek weten we inmiddels dat ruim 30% van de verschillen in geluk tussen Nederlanders een erfelijke basis heeft (Bartels & Boomsma 2009). De schattingen over het aandeel van aangeleerde vaardigheden lopen uiteen: 25% lijkt mij geen slechte gok. Dan blijft er nog iets van 20% over en dat zou kunnen zitten in de levenskeuzen die men maakt. Dat wij in Nederland zo

gelukkig zijn komt mede omdat wij in een meer-keuze-maatschappij leven, maar in een dergelijk maatschappij kun je ook foute keuzen maken, zoals een beroep dat je niet aankan, of (erger), een partner die niet bij je past.

### 3.2 Maatschappelijke condities voor geluk.

In **figuur 4** zagen we grote verschillen in gemiddeld geluk in hedendaagse landen, waarbij vooral het verschil tussen West Europa en Afrika in het oog springt. In dit geval kunnen de verschillen grotendeels worden toegeschreven aan leefbaarheid (vakje links boven).

Op het blote oog valt al wel te zien dat er een verband is met economische ontwikkeling. Kwantitatieve landvergelijkende analyse toont dat er ook los daarvan nog verschillende andere maatschappijenmerken in het spel zijn. Zie **tabel 1**. Opmerkelijk daarbij is het geluksbevorderende effect van een goede overheid (Ott 2010, 2011). Anders dan verwacht blijkt er vrijwel geen verband tussen inkomensongelijkheid en geluk in landen (Berg 2010). Samen verklaren deze maatschappijenmerken al 79 van de verschillen in gemiddeld geluk in landen.

## 4 KAN DE OVERHEID STUREN OP GELUK?

Nu naar de kernvraag. Kan de overheid sturen op geluk? Premier Rutte schijnt gezegd te hebben dat de overheid “geen geluksfabriek” is. Waarschijnlijk wilde hij daarmee zeggen dat de overheid zich niet *moet* bezig houden met geluk. Het is namelijk evident dat de overheid wel *kan* sturen op geluk en het in feite ook al lang *doet*.

Niemand zal betwijfelen dat de overheid kan sturen op gezondheid. Dat gebeurt al sinds de 19<sup>e</sup> eeuw. En met succes, want mede daardoor leven we nu langer in goede gezondheid dan ooit. Sturing op geluk is niet wezenlijk anders en gaat ook goed samen met sturing op gezondheid (Veenhoven 2008b).

Dat sturing op geluk praktisch mogelijk is blijkt ook als we kijken naar de maatschappelijke voorwaarden voor geluk in **tabel 1**. Allemaal zaken waar de overheid wat mee kan en waar de Nederlandse overheid ook allang actief beleid op voert. Dat we gemiddeld zo gelukkig zijn in Nederland komt mede daardoor. De Nederlandse overheid beperkt zich ook niet tot de verbetering van de leefbaarheid van het land, maar investeert ook fors in ontwikkeling van levensvaardigheden, ondermeer via onderwijs, volksontwikkeling en GGZ. Dat doet de overheid misschien niet in de eerste plaats om groter geluk te bewerkstelligen, maar het werkt in de praktijk wel zo. De roep om sturing op geluk zal daarom allereerst resulteren in explicitering van wat al lang gebeurt.

Sturing op geluk zal wel een verschuiving van prioriteiten met zich meebrengen. Zo zal er dan meer worden geïnvesteerd in geestelijke gezondheidszorg. Bijna een kwart van de Nederlanders krijgt in een jaar te maken met een psychische stoornis (Bijl, Ravelli & Van Zessen, 1998). Tweederde deel van deze groep blijkt desondanks redelijk gelukkig, maar toch gaan de psychische stoornissen gepaard met een groot verlies aan gelukkige levensjaren (Bergsma 2009). Dat investering in GGZ loont blijkt ondermeer uit een sterke correlatie ( $r = +.51!$ ) tussen gemiddeld geluk en het aandeel van GGZ in het totale gezondheidsbudget in ontwikkelde landen (Veenhoven & Touburg).

Daarnaast zijn er nieuwe mogelijkheden om groter geluk van een groter aantal Nederlanders te bewerkstelligen. Eén van die mogelijkheden is professionalisering van ‘life-coaching’. In het verleden heeft de overheid bijgedragen aan de professionalisering van de geneeskunde, en mede daardoor leven we nu langer in goede gezondheid. Op een zelfde manier kan verbetering van de praktijk van life-coaching resulteren in een gelukkiger leven.

Een andere mogelijkheid is het stimuleren van onderzoek naar effecten van levenskeuzen. Een voorbeeld: Als je voor de keuze staat om vroeg met pensioen te gaan zou je willen weten hoe het mensen van jouw type is vergaan die deze keuze eerder gemaakt hebben. Dan kun je namelijk een beter geïnformeerde keuze maken. We weten nu al best veel over lange termijn effecten van levensstijl op gezondheid, maar nog vrijwel niets over effecten van levenskeuzen op geluk. Door kennis daarover te doen ontwikkelen kan de overheid bijdragen aan groter geluk, zonder paternalisme (Veenhoven 2011a).

## 5 IS DAT GEEN DURE LINKSE HOBBY?

De uitspraak van Rutte was wellicht ook ingegeven door verwarring van doel en middelen. Zoals al eerder opgemerkt associëren politici geluk vaak met externe levensvoorwaarden (vakje links boven in **tabel 1**) in plaats met een levensvoldoening als uitkomst (vakje recht onder). In dat verband heeft hij geluk kennelijk geassocieerd met links 'welzijnsbeleid', waarschijnlijk ook omdat het onderwerp geluk ook door linkse politici geagendeerd is, zoals Richard Layard (2005) in het Verenigd Koninkrijk en Femke Halsema (2008) in Nederland.

### *Niet links*

Een blik op **tabel 1** toont echter dat de maatschappelijke voorwaarden voor geluk eigenlijk beter aansluiten op de agenda van rechts dan op die van links. Geluk gaat hand in hand met zaken die rechts graag ziet, zoals economisch ontwikkeling ( $r = +.65$ ), economische vrijheid ( $r = +.50$ ) en rechtshandhaving ( $r = +.58$ ). Daarentegen blijkt weinig verband met hobby's van links. Er blijkt geen negatief effect van inkomensongelijkheid op geluk (Berg 2010). Op het eerste gezicht is er wel een positief effect met sociale zekerheid ( $r = +.36$ ), maar bij nader analyse blijkt dit echter een schijnverband. Een eerste aanwijzing is dat controle voor welvaart resulteert in een licht negatieve correlatie. Een tweede aanwijzing is dat er geen verband blijkt tussen verandering in sociale zekerheid en verandering in gemiddeld geluk gedurende de laatste 30 jaar (Veenhoven 2000, 2011b).

### *Niet duur*

Sturing op geluk betekent dus niet dat er meer geld moet worden gestopt in sociale zekerheid en het is nog maar de vraag voor welke andere collectieve voorzieningen dat wel nuttig is.

Sturing op geluk hoeft ook niet te betekenen dat de overheid meer gaat uitgeven. Soms kan volstaan worden met een verschuiving van budgetten, zoals van somatische gezondheidszorg naar geestelijke gezondheidszorg, op grond van de hierboven genoemde samenhang tussen geluk en aandeel van de GGZ in het totale gezondheidsbudget.

Burgers zullen ook willen betalen voor advies van een life-coach als ze er op kunnen vertrouwen dat ze daarmee een beetje gelukkiger worden. Als de overheid helpt om dat vak tot ontwikkeling te brengen betaalt het zich op termijn ook nog eens terug via de belasting.

Ook de genoemde informatie over het effect van levenskeuzen hoeft niet duur te zijn. Onderzoek daarnaar moet wel gefinancierd worden, maar verspreiding van de resultaten zal goeddeels gedaan worden door de life-style pers, die snakt naar relevante informatie. De overheid hoeft dat ook niet altijd zelf te betalen, maar kan ook stimuleren dat marktpartijen dat oppakken, zoals zorgverzekeraar VGZ die het GeluksWijzer project (Oerlemans 2011) financiert.



## 6 IS GELUK EEN VOORBIJGAANDE HYPE?

Zoals al opgemerkt in de eerste regel van deze bijdrage, is het idee van sturing op geluk niet nieuw. Het is deel van het Verlichtingsdenken dat brak met de middeleeuwse opvatting dat geluk slechts in het hiernamaals mogelijk is en dat aards geluk onwenselijk is, omdat we hier zijn om te boeten voor onze zonden. Het inzicht dat aards geluk mogelijk en wenselijk is culmineerde in de ethische opvatting dat we ook moeten streven naar het grootste geluk voor het grootste aantal, een opvatting die in 1789 door Jeremy Bentham verwoord werd.

Toch was geluk tot voor kort geen thema in de politiek. Waarom niet? Eén van de redenen is concurrentie met andere Verlichtingsidealen, in het bijzonder ‘vrijheid’ en ‘gelijkheid’. In de 19<sup>e</sup> eeuw waren de liberale dragers van het Verlichtingsdenken verwickeld in een strijd om kiesrecht en lieten daarom vrijheid prevaleren boven geluk. Rond de eeuwwisseling gaven de socialisten om vergelijkbare redenen prioriteit aan gelijkheid. De wereldoorlogen in de eerste helft van de 20<sup>e</sup> eeuw stuwden het nationalisme hoog op en die stroming zag meer in nationale glorie dan in burgerlijk geluk. Inmiddels hebben liberalen en socialisten hun zin gekregen en is het nationalisme sterke bekoeld. Daardoor ontstaat er weer ruimte op de politieke agenda voor het streven naar groter geluk.

Een tweede reden is dat maatschappelijke vooruitgang veel grote problemen heeft opgelost, zoals honger en onderdrukking. Daardoor is het minder evident wat er nog verbeterd kan worden en komt de vraag op waarmee het geluk van de burgers eigenlijk het meest gediend is. Dit valt samen met een toenemende belangstelling voor geluk bij de burgers zelf, wat weer verband houdt met opkomst van de meer-keuze-maatschappij en een toenemend zelfbewustzijn. Nu er meer te kiezen valt willen mensen ook weten wat bijdraagt aan hun geluk.

Een derde reden is dat we inmiddels meer weten over geluk en dat nu duidelijk is dat groter geluk mogelijk is. Ook dat besef voedt roep om sturing op geluk.

Zo gezien is de roep om sturing geluk dus geen voorbijgaande bevlieging, maar iets dat wortelt in de moderne samenleving. Als zodanig zal het onderwerp waarschijnlijk in belang toenemen. Daar staat echter tegenover dat er in de politieke arena weinig vertegenwoordigers van dit belang zijn. Zoals al opgemerkt richten politici zich meer op verlangens dan op behoeften en zijn zij als aanbieders van levensvoorwaarden niet altijd even geïnteresseerd in levensuitkomsten. Sturing op geluk vereist dus ook institutionele verankering: op zijn minst in een onderzoeksinstituut en beter nog ook in een stuurgroep met macht.

**NOTES**

<sup>1</sup> De World Database of Happiness, bevat een compleet overzicht van alle acceptabele vragen (Veenhoven 2011b)

<sup>2</sup> Het verschijnsel van gelijkblijvend geluk bij economische groei, voor het eerste beschreven door Richard Easterlin (1974), waarvan inmiddels overigens gebleken is dat het meer uitzondering is dan regel (Veenhoven & Vergunst)

<sup>3</sup> Variabelen in datafile StatesOf Nations\_2011E: Afhankelijk: HappinessLS10.11\_2000s, Onafhankelijk: RGDP\_2005, AccidentDeath\_1994-98, WelfareExpense1\_2006, FreeEconIndex1\_2006, DemocracyIndex1\_2006, PrivateFreedom\_1990s, IncomeInequality2000.08, GenderEqualIndex2\_2006, Tolerance\_1990s, TrustPeople\_1990s, VolunteerActive2\_2010, RuleLaw\_2006, GovEffectiveness\_2006, Corruption3\_2006

<sup>4</sup>  $R^2$  Gebaseerd op variabelen met meer dan 100 landen



## REFERENTIES

- Bartels, M. & Boomsma, D.I. (2009)  
*Born to be happy? The etiology of subjective wellbeing*  
Behavior genetics, 39: 605-617
- Bentham, J. (1789)  
*Introduction to the Principles of Morals and Legislation*  
London
- Berg, M. & Veenhoven, R. (2010)  
*Income inequality and happiness in 119 nations*  
In: Bent Greve (ed.) 'Social Policy and Happiness in Europe', Edgar Elgar, chapter 11, pp.174-194
- Bergsma, A. (1995)  
*Emoties en kwaliteit van het bestaan*  
Spectrum, Utrecht
- Bergsma, A. (2009)  
*De meeste mensen met psychische stoornissen zijn gelukkig*  
Psychologie en Gezondheid, 37: 152 – 161
- Bergsma, A & Ardelt, M. (2011)  
*Selfreported wisdom and happiness; An empirical investigation.*  
Journal of Happiness Studies, online since 26-05-2011
- Bijl RV, Ravelli A. & Van Zessen G (1998)  
*Prevalence of psychiatric disorder in the general population: results of the Netherlands Mental Health Survey and Incidence Study (NEMESIS).*  
Social Psychiatry Psychiatric Epidemiology, 33: 587-595.
- Damasio, A. R. (1994)  
*Descartes' error*  
Penguin, London
- Easterlin, R.A. (1974)  
*Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence*  
In: David, P.A. & Melvin, P.R. (eds.) 'Nations and households in economic growth', Academic Press, New York
- Halsema, F (2008)  
*Geluk! Voorbij hyperconsumptie, haast en hufterigheid*  
Boom, Amsterdam
- Lane, R.E. (2000)  
*The loss of happiness in market democracies*  
Yale University Press, New Haven,
- Layard, R. (2005)  
*Happiness: Lessons of a new science*  
Penguin, New York

Oerlemans, W., Bakker, A. & Veenhoven, R. (2011)  
*GeluksWijzer: Gereedschap voor het werken aan je geluk*  
<http://www.gelukswijzer.nl>

Ott, J.C. (2010)  
*Good governance and happiness in nations: Technical quality precedes democracy and quality beats size*  
Journal of Happiness Studies, 11: 353 - 368

Ott, J.C. (2011)  
*Government and happiness in 130 nations: Good governance fosters higher level and more equality of happiness.*  
Social Indicators Research, 102: 3 - 22

Sen, A. (1992)  
*Capability and wellbeing*  
In: Sen, A. & Nussbaum, M (Eds) 'The quality of life'  
Clarendon Press, Oxford, UK, pp. 30-53

Veenhoven, R. (1984)  
*Conditions of Happiness*  
Kluwer Academic, 1984, Dordrecht/Boston. Reprinted 1989. ISBN 90 277 1792 3, 461 pages

Veenhoven, R. (2000a)  
*The four qualities of life. Ordering concepts and measures of the good life*  
Journal Of Happiness Studies, 1: 1-39

Veenhoven, R. (2000b)  
*Well-being in the welfare state: Level not higher, distribution not more equitable*  
Journal of Comparative Policy Analysis, 2:91-125

R. Veenhoven (2008a)  
*Meten van Bruto Nationaal Geluk*  
TPEdigitaal, nummer over 'Brede Welvaart', vol. 2, nr. 3, pp. 10-35

Veenhoven, R. (2008b)  
*Healthy happiness: Effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care*  
Journal of Happiness Studies, 9: 449-464

Veenhoven, R. (2009)  
*How do we assess how happy we are?*  
in: Dutt, A. K. & Radcliff, B. (eds.) 'Happiness, Economics and Politics: Towards a multi-disciplinary approach', Edward Elger Publishers, Cheltenham UK, ISBN 978 1 84844 093 7, Chapter 3, page 45-69

Veenhoven, R. (2011a)  
*Greater happiness for a greater number: Is that possible? If so, how?*  
In: Sheldon, K.M., Kashdan, T.B. & Steger, M.F. (Eds.) Designing Positive Psychology: Taking Stock and Moving Forward', Oxford University Press, New York, 2011, ISBN 978-0-19-537358-5, Chapter 26 pp. 396-409

Veenhoven, R. (2011b)

*Happiness and society*

Soziale Sicherheit CHSS 9: 298-302

Veenhoven, R. (2012a)

*World Database of Happiness: Continuous register of scientific research on subjective enjoyment of life*, Erasmus Universiteit Rotterdam, <http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl>

Veenhoven, R. (2012b)

*Measures of happiness*. World Database of Happiness, Erasmus Universiteit Rotterdam,

[http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap\\_quer/hqi\\_fp.php](http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap_quer/hqi_fp.php)

Veenhoven, R. (2012c)

*Happiness in Netherlands*. World Database of Happiness, Erasmus University Rotterdam.

[http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap\\_nat/nat\\_fp.php?entry=24&name=Netherlands&mode=3](http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap_nat/nat_fp.php?entry=24&name=Netherlands&mode=3)

Veenhoven, R. (2012d)

*World map of average happiness*, World Database of Happiness, Erasmus Universiteit Rotterdam, Assessed 1-1-2012 at:

[http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap\\_nat/maps/Map\\_AverageHappiness.php](http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap_nat/maps/Map_AverageHappiness.php)

Veenhoven, R. (2012e)

*Trends in nations: Dataset for the cross temporal analysis of happiness*, World Database of Happiness, Erasmus Universiteit Rotterdam. Assessed on 1-1-2012 at:

<http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/trendnat/framepage.htm>

Veenhoven, R. (2012f)

*States of nations: dataset for the cross national analysis of happiness*, World Database of Happiness.

Assessed on 1-1-2012 at: [http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/statnat/statnat\\_fp.htm](http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/statnat/statnat_fp.htm)

Veenhoven, R. & Touburg, G. (in voorbereiding)

*Mental health care and happiness in nations*

Erasmus Universiteit Rotterdam

Veenhoven, R. & Vergunst, F. (in voorbereiding)

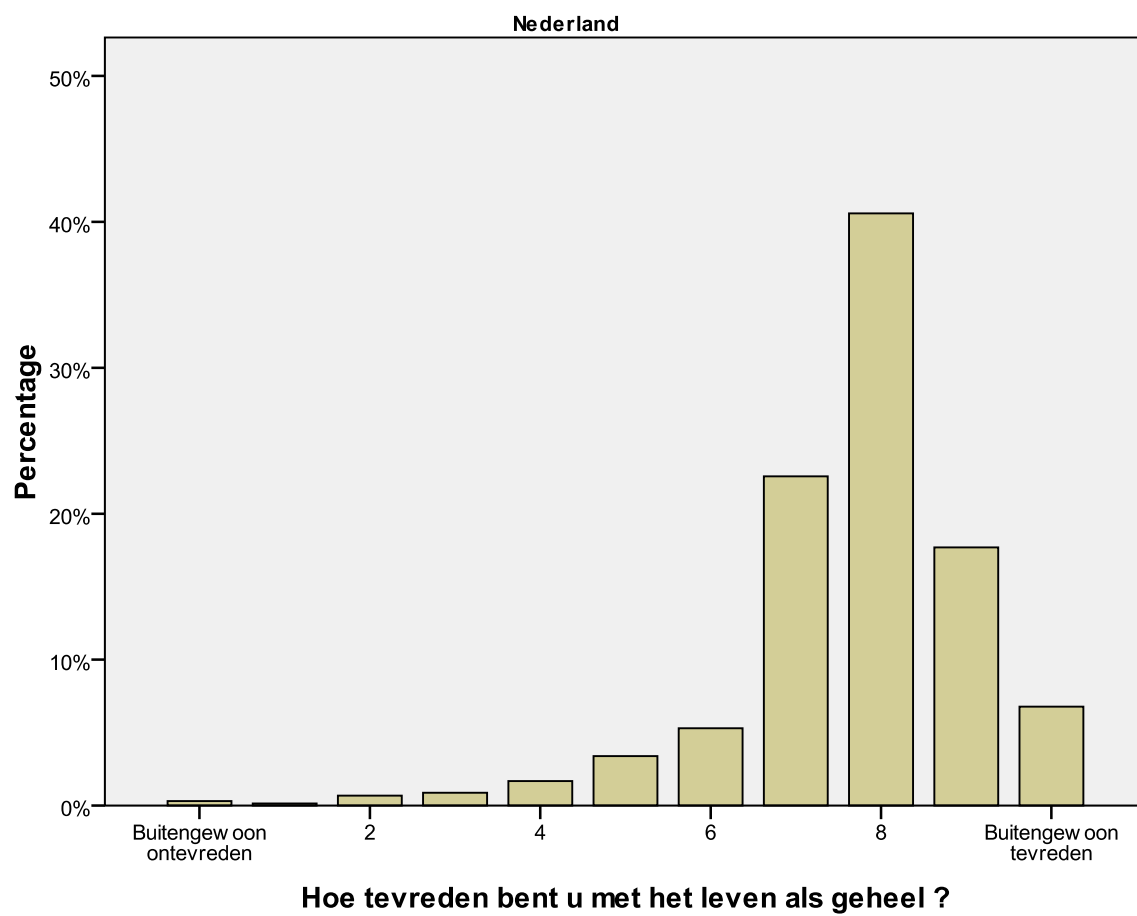
*The Easterlin Illusion*

Erasmus Universiteit Rotterdam

**Figuur 1**  
**Kwaliteiten van leven**

	<i>Extern</i>	<i>Intern</i>
<i>Levensvoorwaarden</i>	<b>Leefbaarheid</b>	<b>Levensvaardigheid</b>
<i>Levensuitkomsten</i>	<b>Nut</b>	<b><u>Levensvoldoening</u></b>

**Figuur 2**  
**Geluk in Nederland**



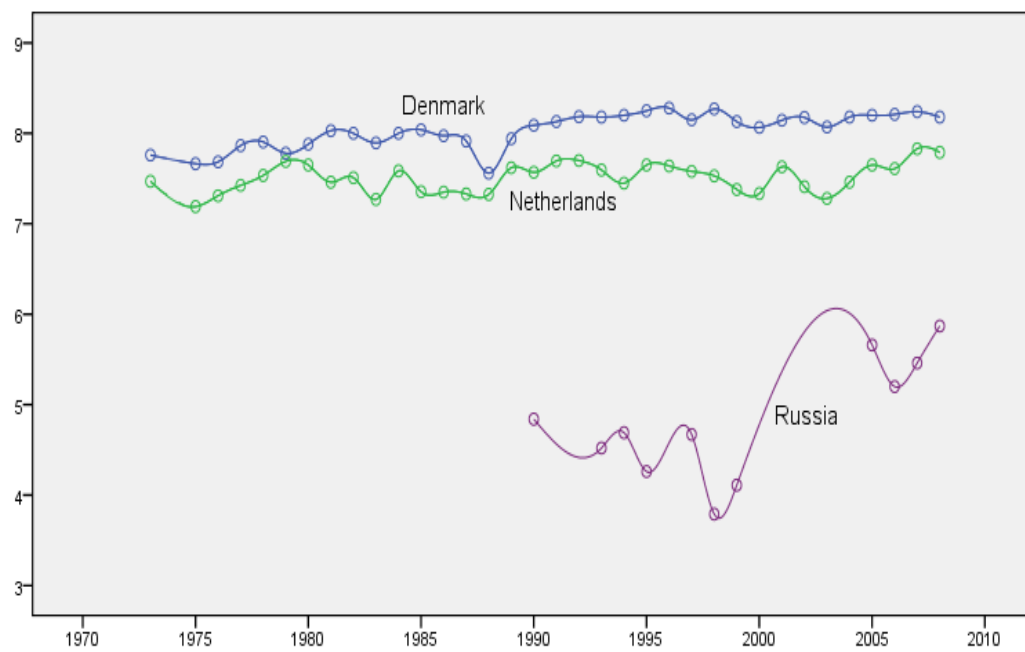
Data: European Social Survey 2008

**Figuur 3**  
**Gemiddeld geluk in landen**



Bron: World Database of Happiness (Veenhoven 2011d)

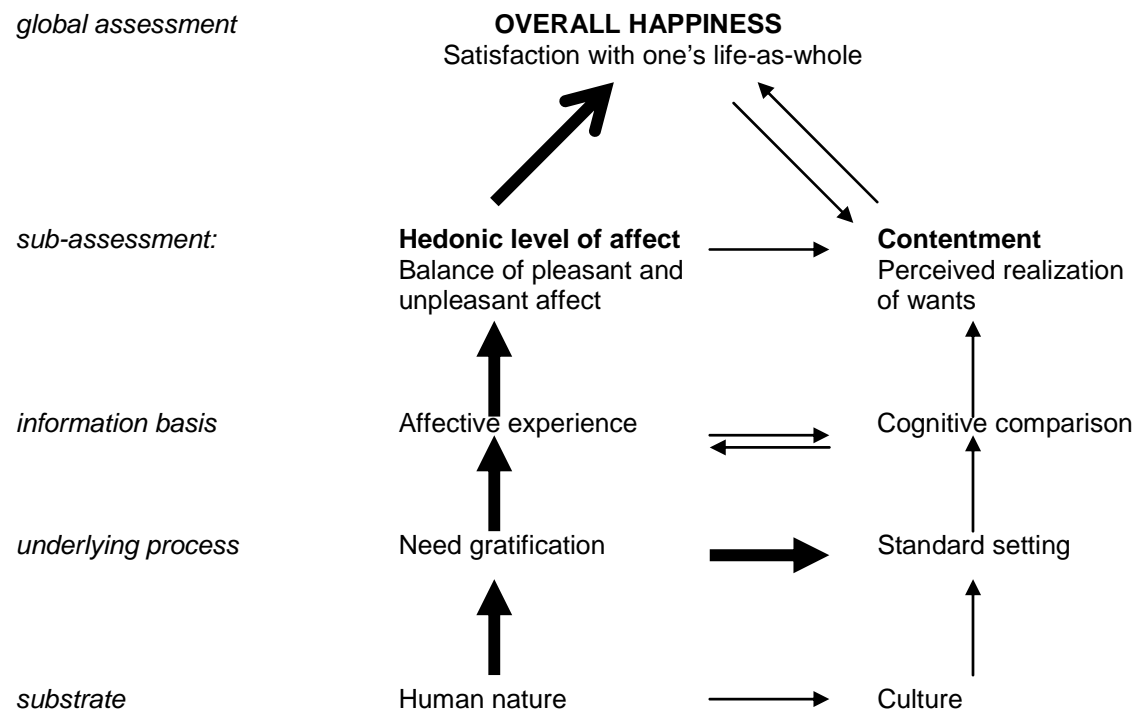
**Figuur 4**  
**Verandering in gemiddeld geluk in drie landen**



Bron: Veenhoven 2012e



**Figuur 5**  
**Hoe wij bepalen hoe gelukkig wij zijn**



Bron: Veenhoven 2009

**Tabel 1**  
**Maatschappelijk kenmerken en geluk in landen rond 2005**

Land kenmerken <sup>3</sup>	Correlatie met gemiddeld geluk	Aantal landen
<b>Welvaart</b>		
• Koopkracht per hoofd	+.65	140
<b>Zekerheid</b>		
• Dodelijke ongevallen	-.36	65
• Sociale zekerheid	+.36	77
<b>Vrijheid</b>		
• Economisch	+.40	143
• Politiek	+.50	146
• Privaat	+.46	84
<b>Ongelijkheid</b>		
• In inkomens	-.10	121
• Man/vrouw	+.55	86
<b>Broederschap</b>		
• Tolerantie	+.50	85
• Vertrouwen in medemens	+.37	85
• Vrijwilligerswerk	+.04	147
<b>Institutionele kwaliteit</b>		
• Rechtshandhaving	+.58	147
• Kwaliteit overheid	+.62	146
• Corruptie	-.57	83
Verklaarde variantie: R <sup>2</sup>	79% <sup>4</sup>	

Bron: 'States of nations' (Veenhoven 2012f)